



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Dahl, Matthias

Verein: Ermstedt

Startnummer: 1148

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:16

Geschwindigkeit: 11,94 km/h

Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 343 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 310 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 106(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde	2,00	11:39	5:49	156	4:28	460	5:37	2,00	11:39	5:49	74	3:40	195	5:37
Runde	2,00	10:06	5:02	118	2:46	351	4:09	4,00	21:45	5:26	74	4:29	194	9:46
Runde	2,00	9:40	4:49	90	2:05	256	3:45	6,00	31:25	5:14	73	9:19	193	13:31
Runde	2,00	9:39	4:49	81	1:54	235	3:44	8,00	41:04	5:08	72	11:13	192	17:15
Leichtathletikhalle	2,00	9:12	4:35	71	1:44	198	3:22	10,00	50:16	5:01	106	12:49	310	20:37